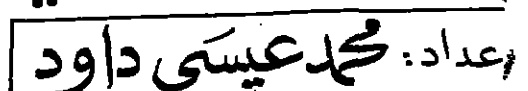



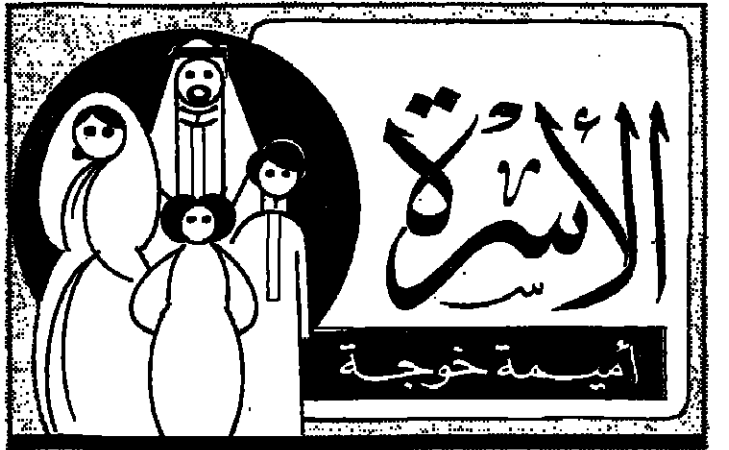
مواقيت الصلاة



اعداد: محمد عیسی داود



مؤسسة قطر. بالقرب من
من أربعة ادوار و
أربعة غرف وصالحين و
ضرائح للمياه.
٥٣٦٢٧٤٧٥٠ الماويل



الأسرة

أميمة خوجة

من الأساطير القديمة :

التفاح يسبق بساط الريح !

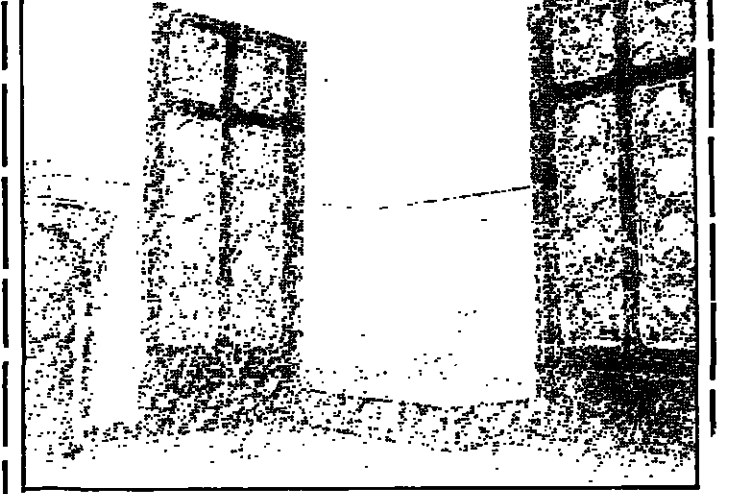
من الأساطير القديمة أن ثلاثة شبان تقدموا لخطبة ابنة السلطان وأراد السلطان أن يزوجها من أحدهم أكثر .. ولذلك فكر في أن يختار بينهم .. فطلب منهم أن يسافر كل منهم إلى بلد أجنبي بأفضل مدينة غير موجودة منها في البلاد .. وسافروا .. وبعد أشهر التقوا في يوم في الهند .. الأول : أحضر معه مراه في الصنبر يرى فيها ما يريد في أي مكان .. الثاني : أحضر من اندونيسيا بساط الريح .. الثالث : أحضر من سيلان قفلة تشعني من ياكلها من أي مرض .. واتفق الثلاثة على أن يبروا العروس بالمراه فوجدوها مريضة جداً فتركوا البساط بسرعة لاقبالها .. وتقدم الثالث بالقفلة التي شفت المريضة ..

الآن مراكيز غريزي أو غريزي القاري .. من سيقاها والد الفتاة زوجاً لابنته .. سيقاها بقلب الأميرة صاحب القفلة لأنه لو لم يكن لها شفت الأميرة ثم أنه الوحيد الذي فقد هذه الشفة في سبيل شفة الأميرة .. أما صاحب المراه والبساط فاتهما باستمالة المرأة والبساط مرة واحدة ولم يقبلها ..

السباحة في بحر البهرج !

بقلم فاطمة صانع

يكس البعض الاموال .. ويطلع في المزد .. المزيد .. لا يتفكر الا في وجه متعة .. او مغامرة رتيامي .. فتجده يكتر من الاثاث ويصطاد التحف النادرة .. ويتفنن في الديكورات البديلة .. وفي نهاية المطاف .. يقيم السفلات المبهضة الضخم .. ويدعو الجميع .. ففي تقديره ان ذلك كرم حاشي .. او بالاحرى يتفخر بما عنده .. ليس بشهوة الفرح الذي لا يوصف .. وقد يجامله البعض .. يتفقه .. ليس رداء الزيف .. ومع معرفته المسبقة في قرارة نفسه بذلك .. الا ان المؤثرات الخارجية في اجواء المجتمع تدفعه .. يفتك بأمواله عبثاً ولها .. ويشتت صدره .. وتكسر انسانيته .. وتشتت عينه حين ياتي قريب .. يطلب مساعدة بسبب ضائقة مالية .. يتعذر بقل الدين ويضع السبيل ويوارى التجارة ويشتغل ساعته الف عطر وعطر .. لصاحب الحاجة .. ولكنه يتفقه انفاق من لا يثق في الفقر امام المظاهر الخداعة تأسيا حاجه .. وتطلعات افكاه وما يقاسيه من مشاكل .. والام .. وان الحاجة في اغلب الاحيان تجعل الانسان يركب بساط المستعمل .. ولو لذلك لا طرق ياله .. وازدق ماء وجهه .. واهدر اهيمته .. لتسان متاهل لا يعرف في الحياة صديقاً سوى المال .. وكل ما حوله مجرد أدوات يستخدمها ويتصرف بها كيف يشاء .. تتلصق ان الحياة لا تلاق عند تقلة وان دورها موشحة غامضة النهاية .. ونحن يدخل في وسط رحلة الدوران .. قد يتذكر .. قد ينيق .. قد يمتدح شمس .. ولكن وقتها لا ياتي التمتع ..



ديكور

الاثاث المغربي له رونق خاص يكسب المنزل بهاء وجمالا .. وانت ايضا .. بقيل من الاهتمام تجدون منزلك تحفة نادرة وجميلة ورائعة ..

التحديث عبر المظاهر المرفوضة

بقلم : هند هرساني

عندما نتاج لاحتنا الفرصة للسفر والانتقال الى بلدان اخرى نموج في انفسنا ذلك الشوق لاكتشاف المجهول وتلك الرغبة في رؤية عالم جديد .. وبلدان غريبة وجديدة بكل ما تتمتع من ايجابيات وسلبيات وتنتمس تلك المظاهر الحضارية الباهرة والابتكارات الرائعة بتواضع اخرى لا نكتفي انفسنا بالاعجاب بها .. ثم نشفي من الاحتسا بها ايام قليلة تهدأ فيها اللذرة على الاعجاب وتبدأ بمرور الوقت قدرة اخرى على استكشاف السلبيات وادراك المفاضلات لا يشبع لها ابدأ ذلك الغلاب الحضاري بكل مظاهره فلا بد للجسد من روح لابد للكان من اسس صحيح لاقتنى على تلك المظاهر الباهرة لان مغفلها والتي رمتني .. اني اريد ان اكون ابي او ابي بل يدور في فكه يمكن ان نؤيره ونتمتع على سلوكيات معينة من افرادنا لا يجهلنا نستقبله على ملأه ..

فاننا نملك احقية الرض لمظاهر الاخلال والجريرة وعدم الاحساس بالامن والسلام .. ونرفضها بقلعة مما سوت لهم افكارهم القليلة اعطائنا اية حصة تساعد على تفكيرها .. لا يمكن لاعمق حضارة في العلم ان تتجاهل القاعدة الاخلاقية في بناء الحضارات واعلمتها للفرقة على الاستمرار ..

اننا نكتشفها الاسلامية ووضعتنا الدين بحيث تتميز عن غيرها ونرى .. تستعكنا باخلافتنا واحترامنا لاسلامنا بعلمي لسلكنا امنية كبرى بتوجيها اكبر .. وبما تكن مسمايتهم ووضعتهم لنا بالتخلف عندما لا نجاريهم في احداثهم فائنا بالذين على اعتزازنا بكياننا وبعقبتنا .. قد نجد لاهم قلبية الراحة والتجديد ولكن سرعان ما نبدأ بالحزن واللون للطمأنينة على ارضه والسلام في ارجائه كان بعدنا عنه موداه له وشوق وانجذاب اليه وانديك الانتعاش في انه الامثل والامل والاكثر اماناً لقلوبنا ويزر لكاننا ..



المرأة السعودية تحقق نجاحاً ملحوظاً في الطب

أقوم بدراسات عن أنواع امراض القلب في المملكة

جدة - كتبت ريم العبدالله
حققت الطبيبة السعودية الكثير من الانجازات في مجال عملها وتخصصها واستطاعت ان تقدم خدمات جليلة لهذه المهنة الانسانية الرائعة .
والحديث عن طموح المرأة السعودية متعدد الجوانب حيث استطاعت ان تشترك في عملية التنمية وفي مجالات اخرى متعددة .
منا تتوقف قليلا لتتحدث مع الدكتورة والطبيبة هدى عبدالحميد الخطيب الاستاذة المساعد لأمراض القلب بجامعة الملك عبدالعزيز بجدة .. لتكون خيفة صفحة «الاسرة» في حديث منع وجميل .



استاذ
امراض القلب
الدكتورة هدى الخطيب
تقول :

الامراض الوراثية عامل اساسي .. والتفكير لا يقل فاعلية

السعودية .. طبية نالحة
وفي بداية اللقاء قالت الدكتورة هدى الخطيب ان الطبيبة السعودية تؤدي دورها في المجتمع بامتياز وخالص لتؤدي ماعليها من دين واجتماعي وعلمي وهي تعمل في جميع التخصصات فهي تؤدي دورها كما يليه عليها مسجها وحسبها البشري .
وقالت الدكتورة هدى الخطيب ان من اولها المجالات التي عملت بها المرأة السعودية مجال الطب فوصلت الى مستوى جيد في كافة فروع الطب وكان لهذا النجاح صدى كبيراً شجع الاقبال على كليات الطب من قبل الفتيات ومن

حوار ريم العبدالله
منا اشجع كل طلبة ان تتحقق بمراسة هذا الجانب من اجل سد ثغرة مامة في مجال الخدمات الطبية .
* امراض القلب بالملحة
وحول سؤال عن الدراسات والابحاث التي تجريها الدكتورة هدى الخطيب قالت نعم انني اقوم حالياً بالعديد من البحوث والدراسات من امها دراسة عن انواع امراض القلب في المملكة والفرقة التي في علاج امراض شرايين

القلب ومقارنة نتائج العلاج بتدوير الطلبة القلبية الحديثة بعلاج بالطريقة المعتادة وامل ان شاء الله ان يساعد ذلك في المستقبل على تحسين الخدمة الطبية لمرضى القلب وتقدم اكثر لدى العوامل المؤثرة في انتشار هذه الامراض في المملكة .
* اصديقاء القلب .. والعاطفة
ومن جملة اصديقاء القلب وبورها قالت هدى الخطيب هناك نشاط كبير لهذه الجمعية وقد قامت بتدوير ورعاية العديد من عمليات جراحة القلب المفتوح وتبنت الاشراف الطبي على العديد من الحالات الطبية وتقوم برعاية

المرضى من ابنة الهمان وابناء الدول العربية والاسلامية والتعامل مع مرضى القلب هو في الحقيقة دراسة علمية متكاملة وليس المصلحة دور في العلاج او التشخيص .
* الوراثة والتفكير أولاً
وحول الاسباب الناتجة عن مرض القلب قالت الدكتورة هدى الخطيب ان الاسباب الوراثة المرضية التي تلب دوراً مهماً ولكن هناك عوامل اخرى لتأثر امية مثل التدخين وانواع الاغذية وبالذات المواد الغنية بالدهون وعدم ممارسة الرياضة البدنية والتدوير النفسي .

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

ويمكن في وجبة الغذاء ان تستبدل شوربة الخضار بالخس ويمكن ان يأخذ بعد الغذاء مكسباً يذوبه او جيلي .
* الشهر الثامن :
يمكن ان يرضع الحليب بالكوب ويمكن ان ياكل الخبز بنصفه ويمكن ان تغيب له قطعة صغيرة جداً من الزبد على الطعام .
* بعد الثامن والتسع :
يمكن ان ياكل الطفل من طعام الاسرة العادية مقلقة مع طعمه الخاص لكي يتعود عليه مع ملاحظة ان هناك بعض الاطعمة التي لايجب ان تتناول له قبل بلوغه مثل (البامية) واللوبية والبقسماط (الخضراء) ولكن البازلاء والفاصوليا والبقسماط تصلح له وهي غنية بالبروتين .

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج



البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

البرامج

تضع الدكتورة صافيناز المراغي استاذة طب الاطفال بجامعة القاهرة برنامجاً غذائياً للطفل الرضيع حتى يصل الى مرحلة الفطام الكامل بدون ازعاج

الشهر الاول :
يرضع الطفل كل ٣ ساعات او كان حجمه طيباً ووزنه طيباً اما لو كان الطفل اصفر فترضع كل ساعتين .
ويبدأ الاسويين الاولين يمكن ان يرضع كل اربع ساعات او انه يأخذ ٦ رضعات في اليوم .
الشهر الثاني :
يأخذ الطفل خمس رضعات مع البدء بامتلاء صمغ فاكهة طازجة مثل البرتقال او الليمون او الطماطم .
كما يمكن ان تقدم له نوعاً من الفاكهة سهلة الهضم مثل التفاح الذي يسلق ويغسل ويغرس في الخلاط ويعطى للطفل من بين الوجبات .
الشهر الثالث :
في هذا الشهر تعطي للطفل بعد الرضعة الاولى في الصباح وجبة غذائية تحتوي على نسبة عالية من البروتين لان التفتويات غير مستحبة فهي تزيد وزن الطفل فقط ولا تفي احتياجاته من العناصر الغذائية اللازمة .
الشهر الرابع :
تضاف وجبة الغذاء والمساء بدلاً من رضعتي الساعة ٢ ظهر والسابعة مساء .
وفي الغذاء تعطي للطفل شوربة خضار بلأى وبعد اسبوع تضاف مرة الغذاء من جزء بسيط من صدر الدجاجة او قطعة لحم بقر او كبة دجاج .
اما رضعة المساء ٦ مساء فتستبدل بمهلبية او زبادي (لين) ويغسل الزبادي لانه غني بالبروتين .
ويمكن ان يعطى موز بالسكرت بالاضافة للصمغ .
الشهر الخامس :
تستبدل رضعة المساء بوجبة لذيذة لطفل مكون من صغار البيض (وهو ضروري جداً) مع قطعة

الرياضة - أخلاق وفروسية



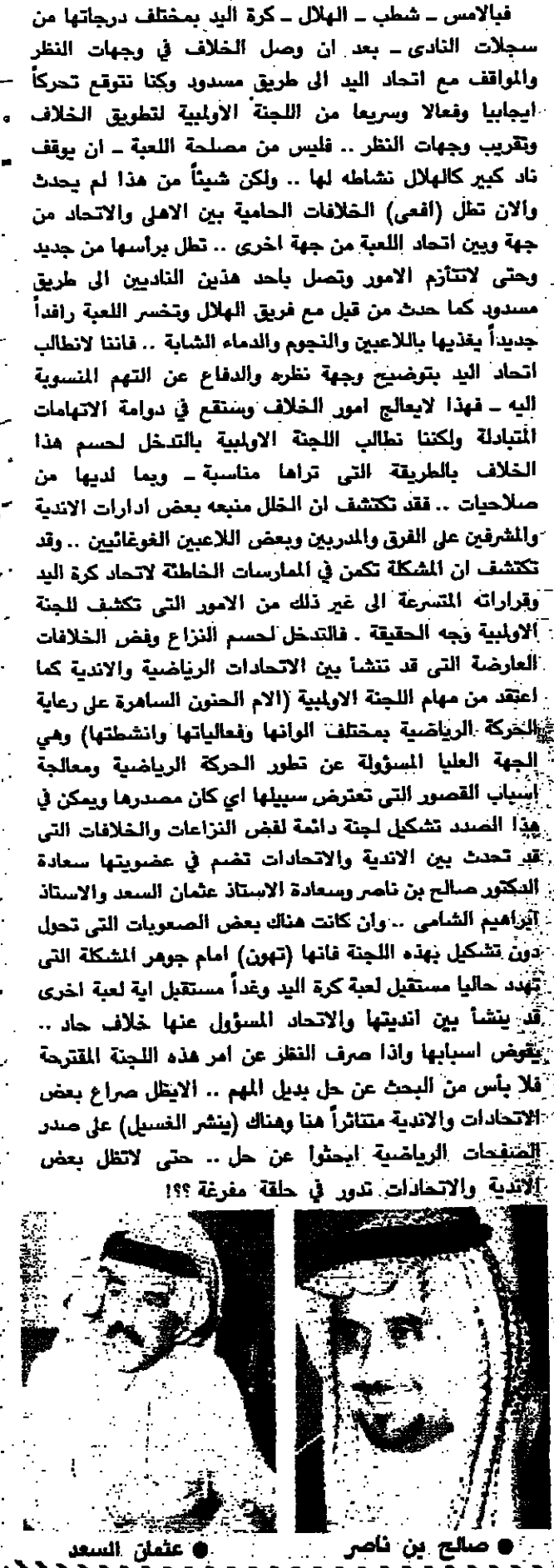
محمد الراشد

مطلوب لجنة لتقريب وجهات النظر بين الاتحادات والاندية !!

قبل خمس سنوات تقريبا كان الاتحاد السعودي لكرة اليد يقف على رأس الاتحادات الرياضية الناجحة والتي تحظى بنصيب الأسد من قناء وتقدير الصحافة الرياضية ولكن لأسباب نجهلها هبطت اسم اتحاد اليد في السنوات الأخيرة وأصبح مرماه هدفا لمعظم إدارات الاندية التي ازاحت الستار عن مشاكلها معه .. ومهموها ومعضلاتها مع قراراته .. ويندر أن يبررهم دون أن تطالع في إحدى الصفحات الرياضية شكوى من أحد الاندية ضد اتحاد كرة اليد أو تصريحاً لأحد المسؤولين بالاندية يهاجم الاتحاد .. ولو قمنا بإجراء احصائية لأكثر الاتحادات الرياضية التي تعرضت في السنوات الأخيرة لأعنف موجة من الانتقادات لا نأسي أحد اتحاد اليد والذي يتفرغ عن الاتحادات الأخرى بهذه الميزة الفريدة والغريبة .. أننا لا نطعن في كفاءة وإخلاص من يعمل في الاتحاد السعودي لكرة اليد .. كما لا نتلقى عنهم صفه الوقوع في الخطأ .. وهذه طبيعة من يعمل دائماً ..

ومن غير الجائز والمنطقي أن تكون انتقادات معظم الاندية لسياسة الاتحاد وقراراته نابعه من فراغ كما لا يمكن وضعها جميعاً في سلة والتحامل عليه فليس هناك ما يدعو أصلاً لمل هذا التفسير .. ولو كانت دائرة الخلاف والنزاع بين اتحاد اليد وأحد الاندية هي الطابع العام لا يحدث الآن في ساحة اللعبة لهان الأمر رغم خطورتها ولكن المسألة أكبر من ذلك بكثير .. فمعظم إدارات الاندية على خلاف واختلاف مع اتحاد اليد ويوصل الأمر بإدارة الاهلي إلى التلويح بوقفة الانسحاب من الدوري ويوم أمس الاول - رفع الاتحاديين مذكرة احتجاج على قرار اتحاد اليد إيقاف عدد من لاعبي فريق الاتحاد للناشئين عن اللعب ١٨ مباراة وقيل ذلك قررت إدارة نادي الهلال ضبط اللعبة نهائياً من كشوراته النادي الرسمية .. وهكذا نجد أن معظم إدارات الاندية تقف في معسكر مضاد .. لمعسكر اتحاد اللعبة تجاهر بخلافها معه واستيائها من قراراته وتتهمه صراحة انه غير جريص على مستقبل اللعبة وبدون الدخول في تفاصيل هذه الاحداث والخلافات المتكررة التي أصبحت كالجمل الموسيقية التي لا يخل منها أي لحن - مع فارق التشبيه .. فإن بيت القصيد هنا موقف اللجنة الاولمبية السعودية من كل ما حدث ونحدث ؟

فيالأمس - شطب - الهلال - كرة اليد بمختلف درجاتها من سجلات النادي - بعد أن وصل الخلاف في وجهات النظر والمواقف مع اتحاد اليد إلى طريق مسدود وكنا نتوقع تحركاً إيجابياً وفعلاً وسرياً من اللجنة الاولمبية لتطويق الخلاف وتقريب وجهات النظر .. فليس من مصلحة اللعبة - أن يوقف ناد كبير كالهلال نشاطه لها .. ولكن شيئاً من هذا لم يحدث والان تظل (أفم) الخلافات الحامية بين الاهلي والاتحاد من جهة وبين اتحاد اللعبة من جهة أخرى .. تطل برأسها من جديد وحتى لا تتأزم الأمور وتصل بأحد هذين التاديين إلى طريق مسدود كما حدث من قبل مع فريق الهلال وتخسر اللعبة وأفراداً جديداً يغذيها باللاعبين والنجوم والدماء الشابة .. فأننا لانطالب اتحاد اليد بتوضيح وجهة نظره والدفاع عن التهم المسموعة إليه - فهذا لا يعالج أمور الخلاف ويشتت في دوامة الاتهامات المتبادلة ولكننا نطالب اللجنة الاولمبية بالتدخل لحسم هذا الخلاف بالطريقة التي تراها مناسبة - وبما لديها من صلاحيات .. فقد اكتشف أن الخلل منعه بعض إدارات الاندية والشرعين على الفرق والمدربين وبعض اللاعبين الغوغائيين .. وقد اكتشف أن المشكلة تكمن في الممارسات الخاطئة لاتحاد كرة اليد وقراراته المتسرعة إلى غير ذلك من الأمور التي تكشف للجنة الاولمبية وجه الحقيقة .. فالتدخل لحسم النزاع ونفض الخلافات العارضة التي قد تنشأ بين الاتحادات الرياضية والاندية كما اعتقدت من مهام اللجنة الاولمبية (الأم الحنون الساهرة على رعاية الحركة الرياضية بمختلف ألوانها وفعالياتها وأنشطتها) وهي الجهة العليا المسؤولة عن تطور الحركة الرياضية ومعالجة أسباب القصور التي تعترض سبيلها أي كان مصدرها ويمكن في هذا الصدد تشكيل لجنة دائمة لفرض النزاعات والخلافات التي تفرج تحت بين الاندية والاتحادات تضم في عضويتها سعادة الدكتور صالح بن ناصر وسعادة الاستاذ عثمان السعد والاستاذ إبراهيم الشامي .. وأن كانت هناك بعض الصعوبات التي تحول دون تشكيل هذه اللجنة فانها (تهن) أمام جهر المشكلة التي تهدد حالياً مستقبل لعبة كرة اليد وغداً مستقبل اية لعبة أخرى قد ينشأ بين انديتها والاتحاد المسؤول عنها خلاف حاد .. فلو بأس من البحث عن حل بديل المهم .. الايتل صراع بعض الاتحادات والاندية متأثراً هنا وهناك (بشعر الغسيل) على صدر الضفجات الرياضية أبحثوا عن حل .. حتى لا نلظ بعض الاندية والاتحادات تدور في حلقة مفرغة؟؟



صالح بن ناصر

د/ الناظر للندوة : فوزنا على الوحدة .. دفعة للمنافسة على الدوري



عبد الرحمن بن سعود يؤكد

عبد الرحمن بن سعود يؤكد

لازال المشوار طويلاً والمنافسات في بدايتها علاقتنا مع بينفهام قائمة على الاحترام والتعاون والتفاهم مهران حافل يوم لقاء النصر وما نشتر ستي

علاقتنا بالنصر يبنفهام قائمة على الاحترام والتعاون الوثيق والتفسيق التام والتفاهم المشترك - والسبب - ان كل الامور واضحة تماماً في العقد .. ليس مع بينفهام فقط بل مع جميع المدربين الذين عملوا مع النصر يستثناء زاجلو .. كل الامور واضحة ومحددة في العقد - الصغيرة قبل الكبيرة - لذا - يسير العمل بالتقاسم ويتكامل الساعه ..

وعن رأي سموه في جدوى - عدم نقل المباريات تلفزيونياً - قال .. مشكلتنا كدراوات اندية اننا لا يؤخذ علينا في الامور التي تتعلق بالنشئين .. لا في مجال اداعة ونقل المباريات وحسب وانما في الامور الأخرى كجدول الدوري مثلا - وأصبحت الصحافة الرياضية مصدرا الوحيد في الاخبار والقرارات وكل شيء .. وهل تصدق اننا لا نعرف اذا كانت لنا مباراة مذاعة او متولة الا من خلال الصحف وكذا قراءه على ..

ولكن - وبإلزام ما يحدث قلني اقترح - وكل امل بالاستجابة ان تنقل مباريات الدوري إلى ملاعب رعاية الشباب بالرياض وجدة - وكذلك الحال بالنسبة لفريق الوحدة والاندية العاملة في المملكة

مكة المكرمة - عدنان بطار
تحدث الدكتور عبدالفتاح ناظر رئيس نادي الاتحاد بجده بالندوة عقب فوز الاتحاد على الوحدة في لقاءهما الأخير فقال :
الوحد في هذه المباراة فالواجب ان ترجع للرهاء وتقبل بأن الاتحاد لعب مباريات كبيرة أمام القاسية والنصر ولكن لم يلعب الحظ معنا وقد لاحظت العديد من الكرات التي كانت تمر بجوار المرمى وليس بينها وبين الشباك غير ستينمترات قليلة فالتحذير له دوره في المباريات

ولكن في لقاءنا مع الوحدة ظهر تحسن في مستوى الاتحاد وأرجو من أعبينا الحفاظ عليه والاستمرار فيه .

وأحب ان أشيد بمجهود اللاعبين رغم الهزات الاخيرة التي تعرض لها .. وقد لاحظت ان الروح المعنوية مرتفعة وأهكر جماهير الاتحاد التي فاضلت مساندة في جميع الظروف والمضمر الاتحاد في لقاء الوحدة يثبت ذلك الرعي لجهامتنا .

وتكلم د . ناظر عن مستوى الوحدة فقال لازل الفريق جيد ويظهر لايهه نوراً كبيراً في الملعب ولكني أعيب عليهم التفرقة واللبس الضخم مما يقلل من سلطانهم في الملعب .

عبد الرحمن بن سعود

المرحلة الاولى للبطولة الشتوية

الرياض - السيد شلبي
أسفرت نتائج مباريات المرحلة الاولى لبطولة الاندية الشتوية لكرة الماء والتي اختتمت في جده عن فوز نادي الاتحاد على نظيره نادي الجزيرة (المرحلة الشبابة ١٧ سنه) ١١/٢٢ وفوز نادي النصر على نادي الوحدة في مرحلة المصنعي ٢/٨ وفوز نادي الصفا على الاتحاد (مرحلة الشبابة ٢/٢ صفر).

كما فاز نادي الاتحاد على الصفا في مرحلة المصنعي ٦/١١ والنصر على الاتحاد ٦/٨ وفي مرحلة المصنعي ايضا فاز الاتحاد على القاسية ٨/٩ ..

وفي مرحلة مباريات المرحلة الثانية في دوري اللعبة اعتباراً من يوم الأحد ٢/١٢ وليلة ستة أيام .

سباحة الكويت والمنافسة

الرياض - السيد شلبي
صرح المدير العام لجمعية السباحة الكويتية للجنة التنظيمية للسباحة بدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية (للندوة) : ان رياضات السباحة المائية في الكويت قد تخطت ومنذ فترة طويلة مرحلة التنافس على المستوى الخليجي وتجاوزتها إلى المستوى القاري .. وأشار المدير العام إلى وصول منتخب الكويت للانداب المائية إلى تصنيفات الدور الاول لسبيلول يعتبر دليلاً واضحاً .. على تقدم هذه الرياضة - على المستوى الخليجي

كأس الدراجات لشباب احد

الندوة المنيرة - على كامل انتمت يوم الخميس والجمعة الماضية المرحلة الثالثة من بطولة منطقة الخليج الفورية للدراجات في درجة الشباب والتي اقيمت على طريق امح - بنبع لسافة ٢٠ كم فرق ضد الساعة - ٥٠ كم جماعي حيث جاءت المحصلة النهائية لنتيجة السباق كما يلي

- الاول احد
- الثاني الجد
- الثالث الفورة
- الرابع الانتصار
- الخامس رضوى

هذا وقد تميزت المرحلة الثالثة من البطولة بالمنافسة الشديدة على المركز الخامس بين نادي الجد ونادي الفورة حيث تمكن الجد من الفوز لصالحه كما ظهر خلال تلك البطولة بعض العناصر من اللاعبين والتي تشر بالخروج للمستقبل القريب وهم لاعب الجد محمد خضر احمد الفاسدي لاعب الفورة صبر احمد ابريس مبارك وبعد انتهاء السباق قام الاستاذ ابراهيم سليمان المدير مدير المكتب الرئيسي لرعاية الشباب بالندوة الفورية بتوزيع الكؤوس والهدايا على الفرق واللاعبين الفائزين بالإضافة إلى الجوائز القيمة المقدمة من الاندية للاعبين الفائزين .

مشروع كلمة

أتمنى ان تأخذ مباريات الدوري بعد استئنافه حظها من النقل المباشر .. فالحق ان عدم نقل المباريات الكبرى من الجزء الذي مضى من الدوري الحق ضرراً كبيراً بالجماهير الرياضية التي تهرف على متابعة المباريات والاستمتاع بها .

المندوق

عبد الرحمن بن سعود يؤكد

لازال المشوار طويلاً والمنافسات في بدايتها علاقتنا مع بينفهام قائمة على الاحترام والتعاون والتفاهم مهران حافل يوم لقاء النصر وما نشتر ستي

علاقتنا بالنصر يبنفهام قائمة على الاحترام والتعاون الوثيق والتفسيق التام والتفاهم المشترك - والسبب - ان كل الامور واضحة تماماً في العقد .. ليس مع بينفهام فقط بل مع جميع المدربين الذين عملوا مع النصر يستثناء زاجلو .. كل الامور واضحة ومحددة في العقد - الصغيرة قبل الكبيرة - لذا - يسير العمل بالتقاسم ويتكامل الساعه ..

وعن رأي سموه في جدوى - عدم نقل المباريات تلفزيونياً - قال .. مشكلتنا كدراوات اندية اننا لا يؤخذ علينا في الامور التي تتعلق بالنشئين .. لا في مجال اداعة ونقل المباريات وحسب وانما في الامور الأخرى كجدول الدوري مثلا - وأصبحت الصحافة الرياضية مصدرا الوحيد في الاخبار والقرارات وكل شيء .. وهل تصدق اننا لا نعرف اذا كانت لنا مباراة مذاعة او متولة الا من خلال الصحف وكذا قراءه على ..

ولكن - وبإلزام ما يحدث قلني اقترح - وكل امل بالاستجابة ان تنقل مباريات الدوري إلى ملاعب رعاية الشباب بالرياض وجدة - وكذلك الحال بالنسبة لفريق الوحدة والاندية العاملة في المملكة

عبد الرحمن بن سعود

المرحلة الاولى للبطولة الشتوية

الرياض - السيد شلبي
أسفرت نتائج مباريات المرحلة الاولى لبطولة الاندية الشتوية لكرة الماء والتي اختتمت في جده عن فوز نادي الاتحاد على نظيره نادي الجزيرة (المرحلة الشبابة ١٧ سنه) ١١/٢٢ وفوز نادي النصر على نادي الوحدة في مرحلة المصنعي ٢/٨ وفوز نادي الصفا على الاتحاد (مرحلة الشبابة ٢/٢ صفر).

كما فاز نادي الاتحاد على الصفا في مرحلة المصنعي ٦/١١ والنصر على الاتحاد ٦/٨ وفي مرحلة المصنعي ايضا فاز الاتحاد على القاسية ٨/٩ ..

وفي مرحلة مباريات المرحلة الثانية في دوري اللعبة اعتباراً من يوم الأحد ٢/١٢ وليلة ستة أيام .

سباحة الكويت والمنافسة

الرياض - السيد شلبي
صرح المدير العام لجمعية السباحة الكويتية للجنة التنظيمية للسباحة بدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية (للندوة) : ان رياضات السباحة المائية في الكويت قد تخطت ومنذ فترة طويلة مرحلة التنافس على المستوى الخليجي وتجاوزتها إلى المستوى القاري .. وأشار المدير العام إلى وصول منتخب الكويت للانداب المائية إلى تصنيفات الدور الاول لسبيلول يعتبر دليلاً واضحاً .. على تقدم هذه الرياضة - على المستوى الخليجي

كأس الدراجات لشباب احد

الندوة المنيرة - على كامل انتمت يوم الخميس والجمعة الماضية المرحلة الثالثة من بطولة منطقة الخليج الفورية للدراجات في درجة الشباب والتي اقيمت على طريق امح - بنبع لسافة ٢٠ كم فرق ضد الساعة - ٥٠ كم جماعي حيث جاءت المحصلة النهائية لنتيجة السباق كما يلي

- الاول احد
- الثاني الجد
- الثالث الفورة
- الرابع الانتصار
- الخامس رضوى

هذا وقد تميزت المرحلة الثالثة من البطولة بالمنافسة الشديدة على المركز الخامس بين نادي الجد ونادي الفورة حيث تمكن الجد من الفوز لصالحه كما ظهر خلال تلك البطولة بعض العناصر من اللاعبين والتي تشر بالخروج للمستقبل القريب وهم لاعب الجد محمد خضر احمد الفاسدي لاعب الفورة صبر احمد ابريس مبارك وبعد انتهاء السباق قام الاستاذ ابراهيم سليمان المدير مدير المكتب الرئيسي لرعاية الشباب بالندوة الفورية بتوزيع الكؤوس والهدايا على الفرق واللاعبين الفائزين بالإضافة إلى الجوائز القيمة المقدمة من الاندية للاعبين الفائزين .



كربوم أمين

الجوازات .. وعمد المحلات

طالب غريب بدأت طلبه بواش الجوازات من المسافرين هو تصديق العدة على استمارة تتضمن شهادة شاهدين يشهدان ان هذا المسافر موثوق كذا وهو طلب في نظري لا مبرر له فالسافر السعودي يحصل خبطة تكسب وقتها بها مهنته وصوته وهي اوقات تعرف بالشخص ومهنته ثم الا ياتي عدة المحلات الاصل الملتزمة بهم من قبل حتى يضاف اليهم عمل التعريف ببيئة المسافر له هو موظف ام متسبب ام صانع ام خياط .. الخ ؟ وهل تصور ادارة الجوازات ان يعرف العمدة كل سكان محله المتراصة الاطراف وملا يعملون وهل عنده الملم تام بالوظائف الذي تقاعد منذ سنة او التجار الذي ترك التجارة وتوظف او المتسبب الذي ارتقى الى درجة تاجر .. ولذا تورطت عدة المحلات في مثل هذا التصديق لانه من المؤكد عدم متابعتهم لمن جميع سكان محلاتهم وهل عندهم سجل بهذه التفويضات التي تنظر على محلاتهم ام انها خيط غشاء على توقيع الشهود الذين لا يعرف هل هي توافيقهم ام لا ؟

اننا اذا استفسنا بعض الضوابط والقيود بالنسبة للمواطنين ومشاكل بعض الاجنبيين فلننا لا نشعشع ذلك بالنسبة للسعوديين ابناة البلاد وارباهم واليهجت عن عدة المحلات الذين لا يولاهم رسمي كلفة مشاهيرهم في مناطق الشرطة والحوادث والمصارف كثيرا ما يكون على عجل من امره .. وقد سهلت واثارت الجوازات استخراج الجوازات حتى اصبح موضوع هذه المواطنين قلما لجأت الى هذا الاجراء الموقر ؟ وما هي قيمة خبطة النفوس اذا كانت لا تنفع في مثل هذه الظروف ؟

والرجاء ان سعة مدير عام الجوازات الاسر بقاء هذا الاجراء والاقتناء بتوقيع المسافر نفسه وتحميله مسؤولية اختلاف المعلومات عن الحقيقة رحمة بالمسافر أولا ويحمي المحلات ثانيا وقله الله ..

من لا يشكر الناس .. لا يشكر الله

رسائل عديدة تلقيناها من عدد من المواطنين يثمنون فيها على الترتيب الذي وضعت فيه الاجازات بامرة منطقة مكة المكرمة لتسريع اجازات معاملات شهدة الميلاد التي كانت في المضي تستغرق سنوات واصبحت الان تنجز بسرعة .. وكما قل في المواطنين في رسائلهم ان من حق من يحسن ان يقل له احسنت مدينا تلاحق من سيء بملئنا لثقتنا الثلاثة ..

● فإن شعبة الاجازات اقدم شكر هؤلاء المواطنين

كلمة (البنون) : ليس منهيأ عنها

لا شري ماذا يعني فضيلة الشيخ صالح بن سعد اللحيدان بقوله في التصديق على تعليق سابق في (وام) ان عامه التعليق ومن يتقنوا الكتابة في الموضوع

الحسنة ان يبقا للنظر .. ولا بأس من المشورة قبل الطرح خاصة فيما يتعلق بالمعقبات ؟

لقد انتقد الشيخ صالح اللحيدان استعمال الناس لعبارة المانوس عليه فلا انه قد في غير محله واستبدلنا بـ (الرسول) (وانا لمارا يا ابراهيم لحزوزون) في رثاء ولده ابراهيم فلم يجد ما يرد به علينا إلا هذه الموعظة الال تشرب اليها ..

لم جاء في كلمته لثانية للتشوية بجريدة مكلف ١٤٠٧/٢ هـ بقوله ان استعمال لفظ (البنون) منهي عن .. سواء للتقوية ولعدم اننا (البحر) .. ولم يأت على لسانه في قوله هذا بل كان

رغبة الحياة الدنيا .. فهل يستعمل القرن الفلاني منهيأ عنها وما دخل البدر .. استعمال الفاظ او عبارات في خطاب الناس في امور دينهم من نهية وتوعن

ولا تريد ان تقول لفضيلة الشيخ صالح ان من يريد ان يقول هذا جارا فذا فهي عن او هذه بدعة في الدين يجب عليه ان يقدم الدليل من كتب الله حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم عندما استعمل الرسول لكلمة الحزن الموت واستعمل القرآن لكلمة البنون في التعبير عن الاولاد ذكورا وانثا على قول القائل (اعلم قل الله قل رسول)

٧٥ مكتبا للضمان الاجتماعي في أنحاء المط

جدة / عبدالعزيز انديجاني
بلغ عدد مكاتب الضمان الاجتماعي في أنحاء المملكة أكثر من ٧٥ مكتبا وقد بلغ مجموع ما صرف من معاشات خلال عام واحد فقط مليون ريال ..

ويوجد حاليا ١٥ مكتبا للتأمينات الاجتماعية وقد بلغ عدد العمال الذين تم تسجيلهم في فرع المعاشات أكثر من مليون عامل .. وقد تضمنت الخطة الخمسية الرابعة للدولة برامج لتلبية الطلب على الخدمات الاجتماعية ومن أهمها الاهتمام بملكو السكان المتزايد والاهتمام من هذه البرامج مساعدة المواطنين على تحسين مستواهم الاقتصادي وتوفير الدولة بتوفير كافة الفرص الحقيقية لتسوية المجتمعات وتشمير الرعاية الاجتماعية في تحقيق التوازن الاجتماعي وتركز الاهتمام على رعاية الاطفال وتأمين الخدمات الاجتماعية ببرامج تأمين المعاشات وخدماتهم ورفاهيتهم وتشمير الجمعيات الخيرية على تنفيذ المشاريع الاجتماعية والاقتصادية واتاحة الفرص للتطوع الاجل للاعمال والشاركة في برامج التنمية ..

محمد علي الكاين

وعلى الرغم من كل عيب كلمة

كلمة ان كان السخط بقدي المسلوبا

مكت

لاستخدام الأيدي العاملة

مع استخراج التأشيرات اللازمة

شركات التفتيش

سمير هاشم جبري

مكة المكرمة - ١٤٠٧ هـ

الاشتراك السنوي ٣٠٠ ريال للزوار والصالحين الكريمة

٥٠٠ ريال للزوار والصالحين الكريمة

٥٠٠ ريال للزوار والصالحين الكريمة

٥٠٠ ريال للزوار والصالحين الكريمة

٥٠٠ ريال للزوار والصالحين الكريمة



مجتمع الدعوة

عند قلما من الرياض الزميل زهير حسين غنيم موجه التربية الكشفية ..

بمكة .. ابو حسين اجتمع بالسعوديين في الوزارة وعمل راسهم مسعدة وكيل الوزارة المساعد الاستاذ الجمعان ..

ومدير رعاية الشباب .. وقال ان الوزارة كانت مشغرة وسيكون لها مردود جيد على كشافة مكة ..

غير المملكة الى تونس الاستاذ محمد بن قارة مدير الشؤون المالية والاقتصادية في الجليل الفقيه الاسلامي لقضاء اجازته هناك ..

يفتح اسبوع الفكرة القديمة في العظمة القديمة بصيغة المسئلة الجديدة ابدأنا بقرى قريتنا للجمهور عند استكمال تخطيطها بعد شهر قليلة ان شاء الله ..

تم في العاصمة المقدسة عند قرآن الشطب وليد ابراهيم محمد علي بخاري الرئيسة بمدرسة خليفات المؤسسة على اية الشيخ يوسف حديدي وقد حضر الحفل عدد من الاقارب والاصحاب ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

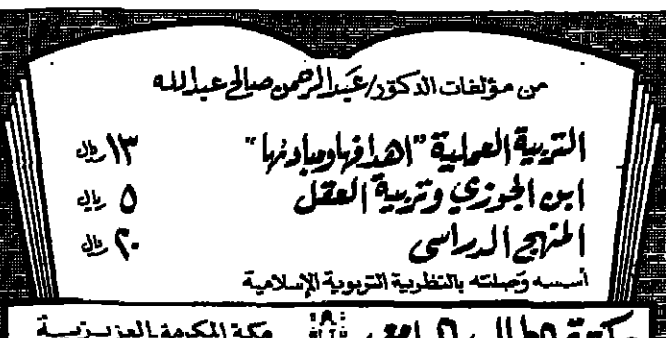
عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..



مجتمع الدعوة

عند قلما من الرياض الزميل زهير حسين غنيم موجه التربية الكشفية ..

بمكة .. ابو حسين اجتمع بالسعوديين في الوزارة وعمل راسهم مسعدة وكيل الوزارة المساعد الاستاذ الجمعان ..

ومدير رعاية الشباب .. وقال ان الوزارة كانت مشغرة وسيكون لها مردود جيد على كشافة مكة ..

غير المملكة الى تونس الاستاذ محمد بن قارة مدير الشؤون المالية والاقتصادية في الجليل الفقيه الاسلامي لقضاء اجازته هناك ..

يفتح اسبوع الفكرة القديمة في العظمة القديمة بصيغة المسئلة الجديدة ابدأنا بقرى قريتنا للجمهور عند استكمال تخطيطها بعد شهر قليلة ان شاء الله ..

تم في العاصمة المقدسة عند قرآن الشطب وليد ابراهيم محمد علي بخاري الرئيسة بمدرسة خليفات المؤسسة على اية الشيخ يوسف حديدي وقد حضر الحفل عدد من الاقارب والاصحاب ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..

عندما حاول ان يواجه الموقف بالتخلل قرار حاسم يضع حدا نهائيا لحايد الآخرين .. وجد من حوله من يهدى روعه .. فتوقف لحظة .. ولم يدرك بخلده ان الزمن محسوب عليه ..